# 【강좌소개 및 강의개요】

| 강좌명 | 웰빙(well-being)!미술치료 | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 강의기간 | 7주 | 강의요일 | 목 | 강의시간 | 18:30~20:30 |
| 강사명 | 장성숙 | 강사프로필<br>(3줄 내외) | - 임상미술심리상담전문가(SATR)/한국미술치료학회<br>- 미술치료 강의(대학) 경력20년이상<br>- 현 대학 미술치료전공 초빙교수 | | |
| 과목소개 | | | | | |
| 강좌소개<br>및<br>강의목표 | - 웰빙(Well-being) 미술치료는 심리적 병리적 치료보다는 자기 이해,<br>스트레스완화, 내면의 자원 강화, 긍정적 에너지를 도모하는 데<br>중점을 둡니다 | | | | |
| 강의 차별성<br>및<br>우수성 | - 미술치료는 그림을 그리는 것이 아니라, 내 마음을 돌보는 일입니다.<br>본 과정은 일반시민을 위한 편안한 미술치료로서, 자연스러운 표현과 활동을 통해심리적 건강을 도모합니다. | | | | |
| 수강요건<br>및<br>주의사항 | - 일반시민 누구나 | | | | |
| 준비물<br>및<br>재료비 | - 교재: "없음<br>- 재료비 없음<br>- (연필, 지우개, 색연필, 크레파스, A4용지, 8절도 화지 등 개인 준비)혹은 함께 구입 | | | | |

# 【강 의 계 획 서】

| ※ 지원강좌에 맞추어 해당 회차(12주)까지 작성 | | | |
|---|---|---|---|
| **주차** | **강의 내용** | | **준비물** |
| 1주 | 나를 소개합니다. | 미술치료의(자기상징화)를 통한<br>자기소개하기와 라포형성하기 | 8절도화지<br>색연필 |
| 2주 | 색으로 힐링(healing)! | 지금 여기 나에게 집중하며<br>색채와 심리로 힐링하기 | 8절&4절<br>도 화지, 색연필,<br>크레파스(오일파스텔)등<br>등 자유로운 채색도구 |
| 3주 | 스트레스-아웃(out) | 자신안에 있는 스트레스를 표현하며 해소하는시간 | A4용지1-2장<br>4B연필,지우개<br>색도화지<br>크레파스 |
| 4주 | 감정 컬러 다이어리. | 말로 다 표현하기 어려운 답답함, 외로움, 피로감을 색깔과 선, 모양으로 표현하면서 자연스럽게 감정을 발산(카타르시스) | 8절도화지<br>색연필<br>크레파스<br>오일파스텔(등등<br>자유로운 채색도구) |
| 5주 | 낙서하며 힐링(healing)! | 난화기법을 이용한 친해지기와 부담없는 정서표현 과 심리적 건강회복의 시간 | 8절도화지, 연필,<br>지우개, 색연필 |
| 6주 | 조각보 만다라 가족. | 가족 구성원 각자를 상징하는 색상, 모양으로 표현하고, 개개인의 정체성을 존중하면서도 하나의 큰 틀(가족 이라는 울타리) 안에서 어떻게 공존하는지 시각화하는시간. | 8절&4절<br>도 화지, 색연필,<br>크레파스(오일파스텔)등<br>등 자유로운 채색도구 |
| 7주 | 우리함께해요. | 수강원 전원이 개인작업이 집단작품으로 완성되는 시간으로 서로를 지지하고 마음을 나누는시간 | 전지종이<br>엽서종이<br>잡지1권<br>가위<br>풀 |
| | | | |
| | | | |